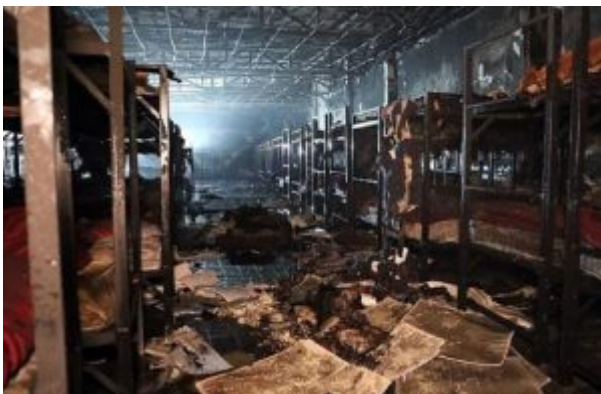


آخرین جزئیات درباره عمدی بودن آتش سوزی در کمپ اعتیاد لنگرود+تساویر

آبان ۱۲، ۱۴۰۲



در دست بررسی است. درباره عمدی بودن آن



به گزارش کیپرس، ساعاتی پیش کمپ ترک اعتیاد در شهرستان لنگرود آتش گرفت. این حادثه تا این لحظه منجر به مرگ ۳۲ تن و مصدومیت ۱۷ تن شده است. مصدومان دچار سوختگی ۴۰ تا ۶۰ درصدی هستند. تحقیقات قضایی و پلیسی در مورد عمدی بودن این آتش سوزی مرگبار آغاز شده است.

معاون سیاسی، امنیتی و اجتماعی استاندار گیلان در تشریح دلیل آتش سوزی کمپ خصوصی ترک اعتیاد در لنگرود، گفت: علت آتشسوزی در بررسی‌های اولیه آتش گرفتن بخاری، سرایت آتش به پرده و نهایتاً آتش سوزی کل ساختمان در عین غافلگیری مددجویان و مسئولان کمپ بوده است.

آتش گرفتن بخاری عامل آتش سوزی مرگبار کمپ اعتیاد لنگرود!

استاندار گیلان اعلام کرده است، علت آتشسوزی کمپ ترک اعتیاد آتش گرفتن بخاری و سرایت آتش به پرده بوده است.

محمد جلائی، معاون سیاسی، امنیتی و اجتماعی استاندار گیلان در تشریح دلیل و ابعاد این حادثه اندوهبار در گیلان بیان کرد: علت آتشسوزی در بررسی‌های اولیه آتش گرفتن بخاری، سرایت آتش به پرده و نهایتاً آتش سوزی کل ساختمان در عین غافلگیری مددجویان و



دستور ویژه رئیس قوه قضائیه در پی وقوع آتش سوزی در کمپ ترک اعتیاد لنگرود

رکنا نوشت در پی آتش سوزی مرگبار در مرکز کمپ اعتیاد لنگرود حجت الاسلام والمسلمین محسنی اژه‌ای، رئیس قوه قضائیه از رئیس کل دادگستری استان گیلان خواست تا علت حادثه آتش سوزی در این کمپ ترک اعتیاد انجام شود.

او با دستور به رئیس کل دادگستری استان گیلان تاکید کرد با حضور در محل نسبت بررسی علت حادثه و همچنین استفاده از ظرفیت همه دستگاه‌های اجرایی جهت کمک به اطفای حریق و کمک به افراد حادثه‌دیده اقدام کنند.

رئیس دادگستری استان گیلان نیز که هم اکنون در محل حادثه به سر می‌برد، گفت مدیران کمپ و مسئولینی که در این زمینه وظایفی برعهده داشته‌اند تحت نظر هستند و دستورهای قضایی لازم از جمله انتقال پیکرهای جان‌باختگان به پزشکی قانونی مرکز استان صادر شده است.

اورژانس در مورد آتش سوزی کمپ چه گفت

جعفر میعادفر، رئیس اورژانس کشور جزئیات بیشتر از امدادرسانی در حادثه آتش‌سوزی در یک کمپ ترک اعتیاد در شهرستان لنگرود را تشریح کرد و گفت: زمان اعلام وقوع این حادثه به مرکز فوریت‌های اورژانس ۱۱۵ در ساعت ۵:۵۵ صبح امروز بوده است که در پی آن بلافاصله عوامل اورژانس در محل حاضر شده و پس از آن نیز به بیمارستان‌های اطراف اعلام آماده‌باش داده شد.



وی با بیان اینکه ۱۷ نفر در جریان این حادثه مصدوم شده و به بیمارستان منتقل شدند، گفت: ۱۶ نفر به بیمارستان حسین‌پور لنگرود و بیمارستان ولایت رشت انتقال داده شدند. یک مصدوم نیز به بیمارستان شهید انصاری رودسر منتقل شد که این فرد پس از دریافت خدمات درمانی از بیمارستان ترخیص شد.

رئیس اورژانس کشور درباره وضعیت مصدومان بستری شده در بیمارستان نیز گفت: مصدومان دارای سوختگی ۴۰ تا ۶۰ درصد هستند و اقدامات درمانی بر روی این افراد در حال انجام است.

به گفته میعادفر براساس اعلام آتش‌نشانی لنگرود ۳۲ نفر نیز در پی این حادثه جان خود را از دست داده‌اند که اجساد آنان به پزشکی قانونی منتقل شده است.

وی از برگزاری جلسه شرایط اضطراری حوزه سلامت با حضور رئیس دانشگاه علوم پزشکی گیلان و رئیس مرکز اورژانس گیلان خبر داد و گفت: همان‌طور که گفتم پس از این حادثه مراکز درمانی شهرستان‌های لنگرود، رودسر و رشت به حالت آماده‌باش درآمده و اتوبوس آمبولانس نیز برای انتقال مصدومان از لنگرود به رشت اعزام شد.

میعادفر اعزام تیم ارزیاب از ستاد اورژانس گیلان به شهرستان لنگرود، اعزام رئیس شبکه بهداشت شهرستان لنگرود به محل حادثه، تخلیه بخش اورژانس بیمارستان ولایت رشت برای پذیرش مصدومان، فراخوان کادر درمانی آنکال برای حضور در بیمارستان ولایت رشت، حضور رئیس مرکز اورژانس گیلان در ستاد فرماندهی حادثه دانشگاه گیلان و حضور رئیس دانشگاه

علوم پزشکی گیلان در بیمارستان ولایت رشت را نیز از دیگر اقداماتی برشمرد که بلافاصله پس از حادثه انجام شده است.

دستور رئیس بهزیستی برای بررسی فوری علت آتشسوزی کمپ ترک اعتیاد رئیس سازمان بهزیستی کشور خواستار رسیدگی فوری به آسیبدیدگان حادثه آتشسوزی در مرکز درمان و بازتوانی اعتیاد و دلایل وقوع این اتفاق در شهرستان لنگرود استان گیلان شد.

علی محمد قادری ضمن ابراز تاسف از بروز این اتفاق به مدیرکل بهزیستی استان گیلان دستور داد تا در اسرع وقت نسبت به بررسی ابعاد موضوع و برخورد با متخلفان در بروز این حادثه اقدام شود. این حادثه ۵:۴۵ صبح امروز در کمپ اعتیادی به نام «گام اول رهایی» واقع در ابتدای جاده کومله شهرستان لنگرود رخ داد.

همچنین به دستور رئیس سازمان بهزیستی کشور تیمی متشکل از معاون سلامت اجتماعی سازمان، دفتر بازرسی و مدیریت عملکرد و مدیرکل حراست سازمان بهزیستی کشور برای بررسی و گزارش ابعاد مختلف این حادثه به استان گیلان اعزام شدند.

برابر گزارشهای دریافتی در پی این حادثه متأسفانه ۳۲ تن کشته و ۱۷ تن مصدوم شده‌اند.

۱۷ شاه‌کلید اعتماد به نفس

آبان ۱۲، ۱۴۰۲



کیا پرس / اعتماد به نفس داشتن شاه‌کلید مواجهه با موقعیت‌ها و مسائل ریز و درشت زندگی است. فردی که این قدرت و یا به عبارتی مهارت را دارد می‌تواند در حل مشکلات و امور روزانه خود فارغ از نتیجه آن، تصمیم درستی بگیرد.

به گزارش کیا پرس به نقل از فارس: اعتماد به نفس یعنی خود را باورکردن و به توانایی‌های خود ایمان داشتن است. احساس داشتن اعتماد به نفس، حس خوب و ارزشمندی است که هر فردی اگر آن را دارا باشد می‌تواند بسیاری امور زندگی خود را با اطمینان خاطر انجام

داده و زندگی را با همه فراز و نشیب‌هایش بگذرانند ؛ بی آنکه در این مسیر احساس عدم ارزشمندی و خود باختگی داشته باشد.

اعتماد به نفس داشتن درک و پذیرش استعدادها و توانمندی‌های خود است و اینکه من فردی هستم که در انجام دادن امور مختلف به توانایی و قدرت خود واقف بوده و ایمان دارم. در این میان برخی افراد به دلائل مختلف از جمله دوران نامناسب کودکی و رفتار اشتباه والدین خود در کنترل کردن و بکن نکن‌های زیاد زندگی، در این خصوص دچار مشکل هستند و همین موضوع باعث کاهش این قدرت و توانایی فردی شده است. در گزارش پیشرو قصد داریم شما را با روش‌های داشتن اعتماد به نفس آشنا کنیم.

۱. همیشه خود را آراسته کنید و لباس زیبا بپوشید

شاید بدیهی به نظر برسد، اما آراستگی می‌تواند تاثیرات چشمگیری روی بالابردن اعتماد به نفس و خودپنداره شما داشته باشد. اگر لباس زیبا بپوشید، احساس خوبی نسبت به خود خواهید داشت. احساس موفقیت می‌کنید و حس می‌کنید که آماده‌اید تا خود را به دنیا عرضه کنید. زیبا لباس پوشیدن برای هر کس معنی متفاوتی دارد. ضرورتاً بدین معنا نیست که لباسی به ارزش یک میلیون تومان بپوشید یک لباس ساده که زیبا و مناسب باشد نیز همین کار را می‌کند.

۲. در جهت بالا بردن اعتماد به نفس خود، مثبت بیندیشید

شما باید علاوه بر افکار مثبت، اعمال مثبت نیز داشته باشید. عمل، کلید بالابردن اعتماد به نفس است. فکر مثبت چندان سخت نیست، اما هنگامی که بخواهید بر اساس آن عمل کنید و خود را تغییر دهید، باید پله پله حرکت کنید. شما همان هستید که عمل می‌کنید؛ بنابراین اگر کارهای خود را تغییر دهید، خود را تغییر داده‌اید. به شکل مثبت عمل کنید. به جای اینکه به خود بگویید: «نمی‌توانم»، عمل کنید و مثبت باشید. به شکل مثبت با افراد صحبت کنید، برای اعمال خود انرژی بگذارید. خیلی زود متوجه تغییرات خواهید شد.

۳. مهربان و سخاوتمند باشید تا بالا بردن اعتماد به نفس برایتان لذت بخش باشد

اگر برای شما که خواننده این مطلب هستید کلیشه‌ای است، فراموشش کنید. اما بقیه شما باید بدانید که مهربان بودن با دیگران و سخاوتمند بودن با خویش، یکی از بهترین راه‌ها برای اصلاح خودپنداره‌تان است. شما مطابق قانون طلایی رفتار کنید و خواهید دید که احساس بهتری نسبت به خویش پیدا می‌کنید و این کار برای بالا بردن اعتماد به نفس معجزه می‌کند، باور کنید. چگونه اعتماد به نفس خود را افزایش دهیم

۴. قوانین خود را مشخص کنید و بر اساس آنها زندگی کنید.

زندگی شما بر اساس چه قوانینی ساخته شده است؟ اگر نمی‌دانید، مشکل خواهید داشت؛ زیرا زندگی شما بدون جهت به نظر خواهد رسید. به قوانین خویش فکر کنید. شاید داشته باشید اما هنوز به آنها توجه نکرده‌اید. به این فکر کنید که آیا بر اساس این قوانین زندگی می‌کنید، یا فقط به آنها اعتقاد دارید و مطابق آنها عمل نمی‌کنید.

۵. برای بالا بردن اعتماد به نفس آهسته صحبت کنید.

چنین کار ساده‌ای می‌تواند تفاوت زیادی در نحوه ادراک دیگران از شما ایجاد کند. همانند شخصی که صاحب قدرت است، آهسته صحبت کردن نشانگر اعتماد به نفس سالم است. شخصی که احساس می‌کند حرف‌هایش ارزش شنیده شدن ندارد، سریع صحبت می‌کند، زیرا او نمی‌خواهد سایرین را معطل چیزی کند که ارزش شنیده شدن ندارد؛ حتی اگر با آهسته صحبت کردن احساس نمی‌کنید که اعتماد به نفس دارید، چندین بار آن را امتحان کنید. این به شما کمک خواهد کرد. البته خیلی هم زیاده‌روی نکنید ولی سراسیمه هم نباشید.

۶. استوار بایستید؛ بالا بردن اعتماد به نفس دیگر سخت نخواهد بود

افرادی که صاف و با اعتماد به خود می‌ایستند، جذاب‌تر هستند. پرستیژ و ژست ایستادن و راه رفتن، یکی از رازهای مخفی افراد موفق جهان است.

۷. اهداف کوچک تعیین کرده و آنها را محقق کنید

مثلا بسیاری از مردم اغلب ماه را نشانه می‌گیرند و وقتی شکست می‌خورند، انگیزه خود را از دست می‌دهند. به جای این کار، اهداف کوچک‌تر و قابل دسترس را هدف بگیرید. هدفی تعیین کنید که می‌دانید دست‌یافتنی است و سپس به آن دست یابید. احساس خوبی نسبت به خود خواهید داشت. حال یک هدف کوچک دیگر تعیین کنید و به آن نیز دست یابید. هرچه اهداف کوچک بیشتری را محقق کنید، توانایی شما در احقاق آنان بهتر خواهد شد و در نتیجه حس بهتری پیدا می‌کنید.

۸. تمرکز روی راه حل‌ها، روشی برای بالا بردن اعتماد به نفس

اگر دائماً شکوه و ناله می‌کنید یا روی مشکلات تمرکز می‌کنید، همین الان تمرکز خود را تغییر دهید. تمرکز بر روی راه حل به جای تمرکز بر روی مشکل، یکی از بهترین کارهایی است که می‌توانید برای بالابردن اعتماد به نفس و شغل خود انجام دهید.

۹. لبخند بزنید

این هم کلیشه‌ای است. اما جواب می‌دهد. لبخندی کوچک می‌تواند یک سلسله واکنش‌ها را برانگیزد. نیازی نیست که زمان و انرژی خود را روی چیز بیهوده‌ای تلف کنید.

۱۰. داوطلب شوید

«مهربان و سخاوتمند باشید» است. سعی کنید در مواردی که توانایی کمک کردن و حل مشکل افراد را دارید داوطلبانه وارد میدان شوید. احساس کمک کردن و رفع مشکل دیگران امر خوشایندی است و باعث افزایش حس ارزشمندی و در نهایت افزایش اعتماد بنفس می‌شود.

۱۱. ورزش کنید

ورزش منظم و همیشگی سطح انرژی شما را بالا می‌برد و موادشیمیایی مختلفی تولید می‌کند؛ مثل تستوسترون و اندورفین که حالت مثبت‌تری به شما می‌دهد. به نظر می‌رسد ورزش به طور اتوماتیکوار موجب افزایش اعتماد به نفس می‌شود و رویکرد شما را نسبت به زندگی تغییر می‌دهد. علاوه بر آن فرم و شکل بهتری به اندام شما می‌دهد که راهی عالی برای بالا بردن اعتماد به نفس است.

۱۲. فعال شوید

انجام دادن یک کار همیشه بهتر از بیکار بودن است. البته انجام دادن آن کار می‌تواند به اشتباه نیز بینجامد؛ البته اشتباهات نیز بخشی از زندگی هستند. ما از اشتباهات یاد می‌گیریم. ما هرگز بدون اشتباه بهتر نمی‌شویم. پس نگران اشتباهات خود نباشید. فقط یک کاری را شروع کنید و انجام دهید. از جا برخیزید و فعال شوید یا به صورت فیزیکی و یا با گام برداشتن به سوی دستیابی به چیزی.

۱۳. مهارت‌های اجتماعی‌تان را تقویت کنید

روابط یکی از مهمترین قسمت‌های زندگی ماست و تقویت مهارت‌های اجتماعی یکی از مهمترین چیزهایی است که هر فردی باید یاد بگیرد. بهتر کردن نتایجی که در این زمینه می‌گیرید و به دست آوردن اطمینان بیشتر به مهارت‌های اجتماعی‌تان' اعتماد به نفستان را به طور کلی

بالا خواهد برد.

۱۴. اطرافیان‌تان را از افراد مثبت‌اندیش انتخاب کنید

افرادی که با آنها نشست و برخاست می‌کنید می‌توانند موجب شادی یا ناراحتی شما شوند. از آنجا که ما زمان زیادی را با مردم سپری می‌کنیم، خیلی مهم است که کنار افراد مثبت یا حداقل به طرز منطقی خنثی- باشیم. بودن یک یا دو نفر منفی‌باف می‌تواند تاثیر شگرفی بر شما بگذارد و روز به روز روحیه‌تان را خراب‌تر کند.

۱۵. خودتان را با خودتان مقایسه کنید، نه با دیگران.

دقت کنید هر فردی شرایط و موقعیت اجتماعی و فردی خاص خود را دارد؛ مثلاً در یک خانواده با والدینی همراه با ویژگی‌های خاص خود و میزان درآمد متفاوت و خلاصه بسیاری ویژگی‌های مختلف و متفاوت با دیگر افراد رشد یافته است و همین وجود تفاوت‌هاست که برخی در در دسته‌ای از توانایی‌ها بالاتر و در دسته دیگر پایین‌تر نگر می‌دارد؛ پس تصمیم بگیرید خودتان را هر روز با خود روز قبل مقایسه و ورنه از کنید و به خود نمرده بدهید. بدانید داستان زندگی هرکس شرحی متفاوت از دیگران دارد.

۱۶. جسورانه و جذاب صحبت کنید

سخنرانان خوب، با اعتماد به نفس، با ثبات و با یک ریتم مناسب صحبت می‌کنند. آنها یاد گرفته‌اند در صحبت کردن تأثیرگذارتر باشند، به جای اینکه حین سخنرانی تیق بزنند و گیر کنند، شمرده حرف می‌زنند و بین صحبت‌هایشان مکث می‌کنند.

یک لحن جسورانه، جذاب و در عین حال مؤدبانه برای صحبت کردن انتخاب کنید تا اعتماد به نفس‌تان را نمایش بدهید. این طوری عزت نفس‌تان بیشتر می‌شود و به خودتان ایمان می‌آورید. برای اینکه جدی به نظر برسید، خیلی هیجان‌زده و عصبی نباشید و زیادی نخندید. اگر مردم حس رهبری را در شما ببینند به صحبت‌هایتان بیشتر توجه

می‌کنند.

۱۷ سپاسگزار باشیم

هر کس از شما تعریف و تمجید کرد با روی باز از او تشکر کنید این امر باعث تقویت اعتماد به نفس شما در حد معجزه آسایی می‌شود و همچنین رابطه بهتری را تجربه می‌کنید، مردم افرادی را که قدردان زحمات‌هایشان هستند را دوست دارند.